**За здоровый образ жизни**

Здоровый образ жизни, так что это такое?

И знаете ли точно, как нам здоровым стать?

Ведь это дело скажем уж не очень-то простое,

И нужно многое для этого нам знать!

Питание здоровое, здоровая пробежка,

Здоровый взгляд на вещи, всё это тоже есть.

И в трудную минуту моральная поддержка,

И ум, и совесть ваша, а так же ваша честь.

Здоровый образ жизни, все думают так просто.

«Нет, всем привычкам вредным!», - сказал ты громко вслух,

Но знайте, дело вовсе не в этом, уж поверьте,

Ведь в каждом теле должен здоровый править дух.

А это значит, надо во всем вам быть примером,

И качеств человеческих утратить вам нельзя.

Прийти на помощь людям спешите самым первым,

Вас окружают в мире не только ведь друзья.

Ведите пропаганду за то, что людям ценно.

Умейте развлекаться, умейте верным быть.

И чтите то, что вечно, что в памяти нетленно!

Запомните, что надо достойно жизнь прожить.

«Здоровый образ жизни». Как много в этой фразе,

Там много, что всего вам сейчас не рассказать,

Но в том, что написала, не солгала ни разу,

Ведь это то, что каждый обязан просто знать!

**Сочинила ученица 9 А класса МБОУ СОШ № 19 Алтынаманова Даняна.**